

Termine 2. Halbjahr 2010

HD
Hebammenhaus
N Ü R N B E R G

Geburtsvorbereitung Frauenkurs

7 x 120 Minuten
2 Abende mit Partner

Dienstags	17.00 – 19.00 Uhr	6. Juli – 17. August 2010
Donnerstags	17.00 – 19.00 Uhr	12. August – 23. Sept. 2010
Dienstags	17.00 – 19.00 Uhr	14. September – 26. Okt. 2010
Donnerstags	17.00 – 19.00 Uhr	7. Oktober – 18. Nov. 2010
Dienstags	17.00 – 19.00 Uhr	2. November – 14. Dez. 2010
Donnerstags	17.00 – 19.00 Uhr	2. Dezember – 27. Januar 2011 ¹

¹ entfällt 6. Januar 2011 [Hl. Drei Könige]

Geburtsvorbereitung Paarkurs

7 x 120 Minuten

Donnerstags	19.15 – 21.15 Uhr	8. Juli – 19. August 2010
Dienstags	19.15 – 21.15 Uhr	24. August – 5. Oktober 2010
Donnerstags	19.15 – 21.15 Uhr	7. Oktober – 18. Nov. 2010
Dienstags	19.15 – 21.15 Uhr	9. November – 21. Dez. 2010

Geburtsvorbereitung Wochenende für Paare

2 x 4,5 Stunden

Freitags	17.00 – 21.30 Uhr	Beginn auf Anfrage, siehe www
Samstags	10.00 – 14.30 Uhr	

Geburtsvorbereitung für Mehr- gebärende

(= ab dem 2. Kind) 7 x 120 Min.
1 x mit Partner

Freitags	9.00 – 11.00 Uhr	Beginn auf Anfrage, siehe www
----------	------------------	-------------------------------

Säuglingspflegekurs

Kursgebühr: 35,- pro Person
bzw. 65,- pro Paar

Samstags	10.00 – 13.00 Uhr	Beginn auf Anfrage, siehe www
----------	-------------------	-------------------------------

Rückbildungsgymnastik

vormittags, 8 x 75 Minuten
mit Neugeborenen

Montags	9.30 – 10.45 Uhr	5. Juli – 20. September 2010 ¹
Mittwochs	9.30 – 10.45 Uhr	1. September – 20. Okt. 2010
Montags	9.30 – 10.45 Uhr	27. September – 22. Nov. 2010 ²
Mittwochs	9.30 – 10.45 Uhr	27. Oktober – 22. Dez. 2010 ³
Montags	9.30 – 10.45 Uhr	29. November – 31. Januar 2011

¹ entfällt am 9./16./23./30. August [Sommerferien] ² entfällt am 1. November [Allerheiligen] ³ entfällt am 3. November [Herbstferien] ⁴ entfällt am 27.12./3.1. [Weihnachten]

Rückbildungsgymnastik

vormittags, 8 x 75 Minuten
mit Neugeborenen

Montags	10.45 – 12.00 Uhr	5. Juli – 20. September 2010 ¹
Mittwochs	10.45 – 12.00 Uhr	1. September – 20. Okt. 2010
Montags	10.45 – 12.00 Uhr	27. September – 22. Nov. 2010 ²
Mittwochs	10.45 – 12.00 Uhr	27. Oktober – 22. Dez. 2010 ³
Montags	10.45 – 12.00 Uhr	29. November – 31. Januar 2011

¹ entfällt am 9./16./23./30. August [Sommerferien] ² entfällt am 1. November [Allerheiligen] ³ entfällt am 3. November [Herbstferien] ⁴ entfällt am 27.12./3.1. [Weihnachten]

Rückbildungsgymnastik

abends, 8 x 75 Minuten
ohne Neugeborene

Montags	19.30 – 20.45 Uhr	5. Juli – 23. August 2010
Montags	19.30 – 20.45 Uhr	6. September – 25. Okt. 2010
Montags	19.30 – 20.45 Uhr	8. November – 20. Dez. 2010 ¹

¹ nur sieben Termine!

Babymassage

vormittags, 5 x 60 Minuten
70,- Euro

Dienstags	10.00 – 11.00 Uhr	6. Juli – 3. August 2010
Dienstags	10.00 – 11.00 Uhr	14. September – 12. Okt. 2010
Dienstags	10.00 – 11.00 Uhr	19. Oktober – 16. Nov. 2010
Dienstags	10.00 – 11.00 Uhr	23. November – 21. Dez. 2010

Offener Stilltreff

Unkostenbeitrag 3,- Euro

Donnerstags	11.00 – 13.00 Uhr	(nicht in den Schulferien)
-------------	-------------------	----------------------------

Bauchtanz für Schwangere

8 x 90 Minuten
85,- Euro

Dienstags	13.30 – 15.00 Uhr
Freitags	11.30 – 13.00 Uhr

Termine auf Anfrage direkt bei Astrid Schidlowsky, Tel. (0911) 37 93 73

Yoga für Schwangere

8 x 90 Minuten
85,- Euro

Freitags	17.45 – 19.15 Uhr
----------	-------------------

Termine auf Anfrage direkt bei Anette Thiemann, Tel. (0911) 880 95 94

Bitte beachten

Wir bitten um telefonische Voranmeldung. Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskurse werden von den Krankenkassen bezuschusst.

Schnieglinger Straße 223
D-90427 Nürnberg
Telefon: 0911 3263503
Telefax: 0911 3239313

www.hebammenhaus.de
info@hebammenhaus.de

Stand: 3/2010


Hebammenhaus
NÜRNBERG